# schlaf dích fit!





# "Fit und gesund durch die Jahreszeiten mit dem RELAX-Bettsystem aus Massivholz!"

Aktion vom 20. März bis 10. April 2023



moderner innenausbau möbeldesign Gewerbepark West 18 76863 Herxheim

Tel: 0 72 76 / 50 23 02 Fax: 0 72 76 / 50 23 03

www.raumkonzepte-daum.de info@raumkonzepte-daum.de

Passende Schlaflösungen von Ihrem kreativen Schreiner

#### Bettsystem Relax 2000 für Ihren gesunden Schlaf

Das Herzstück des einzigartigen Systems sind die Spezialfederkörper. Diese ermöglichen eine flexible Einsinktiefe bis zu 70 Millimeter und gewährleisten damit eine perfekte Körperanpassung sowie die Entlastung der Wirbelsäule während des Schlafs. Dank der Spezialfederkörper lässt sich Ihr Relax 2000 Schlafsystem mit wenigen Handgriffen auf

Ihre persönlichen Bedürfnisse und individuellen Schlafgewohnheiten einstellen; selbst eine Anpassung der Schulter- und Beckenentlastung ist rasch vorgenommen. Die gänzlich unbehandelten Massivholzteller, wahlweise aus Zirbe, Buche oder der alpenländischen RELAX Kiefer® gefertigt, bringen ein weiteres Stück Natur in das Schlafzimmer.

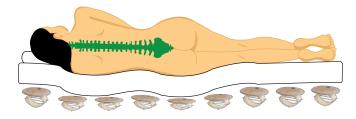


#### Besonderheiten & Vorteile des Relax 2000

- ✓ hervorragender Luftaustausch & Feuchtigkeitsabtransport
- dauerhaft perfekte Körperanpassung
- ✓ volle Elastizität der Matratze für über 10 Jahre und länger
- optimale Entspannung der Wirbelsäule und Erholung für die Anforderungen des Alltags
- nur gesundheitlich unbedenkliche Materialien im Einsatz
- ✓ 10 Jahre Herstellergarantie (Garantiebestimmungen: relax.eco/garantie)

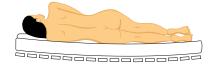
- optimaler Härtegrad tiefes Einsinken, hartes Liegen und daraus resultierende Schlafprobleme und Schwitzen werden verhindert
- die Interessengemeinschaft der Rückenschullehrer e.V. (IGR) zertifiziert das Schlafsystem als "rundum empfehlenswert"
- das Relax 2000 bietet seit über 20 Jahren unübertroffene Schlafergonomie für über 250.000 Konsumentinnen und Konsumenten.
- optional: Komfort-Schulterzone mit zusätzlich 50 mm Einsinktiefe – ideal für Seitenschläfer

## Liegen Sie gesund?



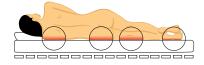
### PERFEKTE KÖRPERANPASSUNG

Die Wirbelsäule bildet eine Gerade, die Bandscheiben können sich wieder optimal mit Flüssigkeit füllen.



#### **ZU WEICH**

Die Wirbelsäule hängt durch, die Bandscheiben verkanten.



#### **ZU HART**

Führt zu Fehlstellungen und Blockierung der Wirbelkörper.

Neben der Schlafdauer ist die Schlafqualität von entscheidender Bedeutung für einen tiefen, erholsamen Schlaf. Wer sich morgens gerädert fühlt, obwohl er genug geschlafen hat, oder mit Rückenschmerzen und verspanntem Nacken aufwacht, sollte seine Schlafstätte genauer unter die Lupe nehmen. Eine natürliche Schlafumgebung ermöglicht dem Körper während der Nacht die benötigte Entspannung.

Zentraler Punkt beim Thema Gesundes Schlafen ist die Ergonomie: Wer sich im Bett ständig verrenken muss, weil die Matratze zu weich oder zu hart ist, wird während seiner Schlafperioden wenig Erholung finden. Wer dagegen seine Wirbelsäule im Schlaf entlasten kann, für den fängt der sprichwörtliche "Gute Morgen" schon in der Nacht an.

Die optimale Schlafunterlage muss entlasten und gleichzeitig stützen. Matratze und Bettsystem müssen sich punktelastisch anpassen. Denn während des Schlafens ändern wir unsere Haltung zwischen 30 und 60 mal. Nur wenn das Rückgrat in eine natürliche, entspannte Position kommt, können sich die Bandscheiben richtig regenerieren.

### Zirbenprodukte

# DIE KRAFT DER ZIRSE

#### Die Kraft der Zirbe

Das Buch wird jedem, der sein Wissen rund um diesen Baum erweitern möchte, empfohlen. Es besticht durch seine hochwertige Machart, ist mit vielen Bildern versehen und in einer aufgelockerten, verständlichen Sprache formuliert.

Gebundenes Buch von Univ. Prof. Dr. Maximilian Moser 192 Seiten, Verlag: Servus, ISBN-13: 978-3710402029

#### Zirbenkugel für Glaskaraffe

Einfach die Zirbenkugel auf Ihre mit Wasser gefüllte Karaffe legen und je nach gewünschter Geschmacksintensität min. 30 Minuten stehen lassen.



Zirbenkugel Ø 7 cm Eine 1 Liter-Glaskaraffe ist auch bei uns erhältlich



# Schneidbrett aus Zirbe

Das Schneidbrett besteht aus massiver Zirbe. Durch die Maserung ist jedes Brett ein Unikat.

Schneidebrett in zwei Größen: oval 35 x 20 cm; rechteckig 29 x 16 cm



Das mit Zirbenflocken gefüllte Kissen harmonisiert das allgemeine Wohlbefinden und verbreitet einen angenehmen und wohltuenden Duft. Es vermindert Motten und Bakterien.

Größe: 40 x 40 cm



Zirbenbrotdose

Die Zirbenbrotdose hält Ihr Brot und Gebäck

länger frisch - eine optimale Luftzirkulation ist

gewährleistet. Zirbenholz kann die Feuchtigkeit

besser regulieren als andere Materialien.

#### Zirbenöl 20 ml

Das 100% reine ätherische Öl verbreitet einen angenehmen und wohltuenden Duft.

Inhalt: 20 ml

#### Zirbenspäne

Die Zirbenspäne befinden sich in der Baumwolltasche und können individuell verwendet werden – zum Beispiel zum Auffrischen unserer Zirbenkissen.





# Die Zirbe bringt Erholung im Schlaf

Dass die Zirbe positive Eigenschaften auf den Menschen haben kann, ist im Alpenraum kein Geheimnis, sondern seit Jahrhunderten bekannt. Bereits vor über 12 Jahren kam Univ.Prof. Dr. Maximilian Moser in seiner Studie² zu dem Ergebnis, dass der Schlaf in einem Zirbenbett zahlreiche positive Auswirkungen auf den Menschen hat. Zirbenholz verbessert den Schlaf, beruhigt Menschen und macht sie gleichzeitig freier und gelöster, es senkt die Herzschlagfrequenz und erhöht den Vagustonus – so die Erkenntnisse dieser Studie² bezogen auf Zirbenmassivholz. Univ.Prof. Dr. Maximilian Moser erzählt in seinem Buch³ über die Zirbe: "Zirbenholz besitzt eine ganze Reihe von außergewöhnlichen, objektiv und subjektiv feststellbaren Eigenschaften, die zusammen den Reiz der Zirbe ausmachen. Eine ganzheitliche Sicht der Wirkung zeigt, dass die Nutzung des Gesamtmaterials, zum Beispiel als Massivholzbett, einen optimalen Effekt hat."

Neben dem Relax 2000 Schlafsystem und einer großen Auswahl an Massivholzbetten, finden Sie bei uns auch Zirbenkissen, -auflagen und -decken sowie zahlreiche weitere Zirbenprodukte.

(1) Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. - https://www.lzg-rlp.de/de/event/guter-schlafenergiequelle-in-schweren-zeiten.html - zuletzt abgerufen: 07.11.2022 (2) Diese Studie ist nicht als wissenschaftlich fundierte Studie anerkannt, allerdings veröffentlicht in International Journal of Environmental Research and Public Health https://www.mdpi.com/1660-4601/18/18/9749 (3) Die Kraft der Zirbe, 192 Seiten, Verlag: Servus, ISBN-13: 978-37(1040707)9

# "Fit und gesund durch die Jahreszeiten mit dem RELAX-Bettsystem aus Massivholz!"

# GUTSCHEIN

Kommen Sie bis zum 10. April 2023 zum **Probeliegen** und überzeugen Sie sich von unseren Schlafsystemen, Matratzen und unseren weiteren Naturprodukten.

## Sie sparen jetzt € 150,00

beim Kauf eines RELAX 2000 mit Matratze und Auflage.

Aktion gültig bis 10. April 2023 bei Neuaufträgen. Gilt nicht für bereits getätigte Einkäufe. Kann nicht in bar abgelöst werden. Gilt nicht in Verbindung mit anderen Aktionen und Rabattierungen! Pro Einkauf ist nur ein Gutschein pro Person einlösbar. Symbolabbildung.





#### **Christine Daum**

Ihre kompetente Partnerin in Sachen "gesunder Schlaf"

#### Kommen Sie zum Probeliegen, wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Für eine individuelle Beratung nehmen wir uns gerne viel Zeit.

#### Unsere Öffnungszeiten:

Mo, Mi, Fr. von 9:00 - 16:00 Uhr Di, Do. von 10:00 - 18:00 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung unter 07276-502302

## Das sagen unsere Kunden

Wollte mich mal melden bezüglich meines neuen Schlafsystems, ich bin nach Tag fünf (wo ich nun darin schlafen darf) total begeistert. Eine bessere Investition hätte ich nicht tätigen können.

Mein Mann hat keine Probleme mehr mit seinem Rücken. Ich kann meine nächtlichen Hitzeattacken (Wechseljahr bedingt) gut mit der Latexmatratze überstehen. Der Zirbenduft ist immer wieder angenehm wenn man den Raum betritt. Unsere Kinder machen uns unser Bett nun streitig!! :-)

A. K. aus Waghäusel, Januar 2021

#### Individuelle Beratung

Sehr individuelle Beratung – kreative Umsetzung. Auf unsere Wünsche wurde in vollem Umfang eingegangen. Die Fertigung und Montage wurde termingerecht durchgeführt – empfehlenswerte Firma!

Mai 2020